## EQ 自测: 你留给人的第一印象如何?

准备好纸笔,记下每题得分,最后求出总分哦~

- 1、与人初次会面,经过一番交谈,你能对他(她)的举止谈吐、知识能力等方面作出积极、准确的评价吗?
- A、不能。——1分
- B、很难说。——3分
- C、我想可以。——5分
- 2、你和别人告别时,下次相会的时间地点是?
- A、对方提出的。——3分
- B、谁也没有提这事。——1分
- C、我提议的。——5分
- 3、当你第一次见到某个人,你的表情是?
- A、热情诚恳,自然大方。——5分
- B、大大咧咧,漫不经心。——1分
- C、紧张局促, 羞怯不安。——3分

4,	你是否在寒暄之后,很快就找到双方共同感兴趣的话题?
A,	是的,对此我很敏锐。——5分
В、	我觉得这很难。——1分
C,	必须经过较长一段时间才能找到。——3分
5、	你与人谈话时的坐姿通常是?
A,	两膝靠拢。——5分
В、	两腿叉开。——1分
C,	跷起"二郎腿"。——3 分
6,	你同他(她)谈话时,眼睛望着何处?
A,	直视对方眼睛。——5分
B,	看着其他的东西或人。——1 分

A、两人都喜欢的。——3 分

7、你选择的交谈话题是?

C、盯着自己的纽扣,不停玩弄。——3分

B、对方所感兴趣的。——5分
C、自己所热衷的。——1 分
8、通常第一次交谈,你们分别所占用的时间是?
A、差不多。——3分
B、他多我少。——5 分
C、我多于他。——1 分
9、会面时你说话的音量总是?
A、很低,以致别人听得较困难。——3分
B、柔和而低沉。——5 分
C、声音高亢热情。——1分
10、你说话时姿态是否丰富?
A. 個欠份此手執 9.八
A、偶尔做些手势。——3 分
B、从不指手划脚。——5 分

11、你讲话的速度怎么样?

C、我常用姿势补充言语表达。——1分

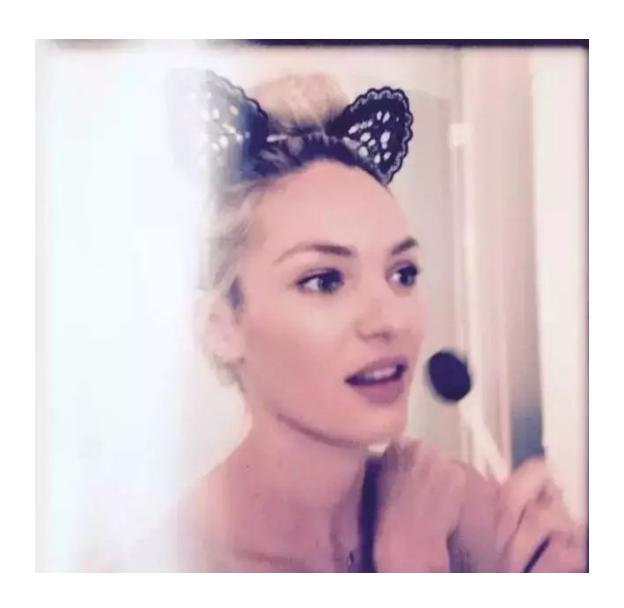
- A、频率相当高。——1分
- B、十分缓慢。——3分
- C、节律适中。——5分
- 12、假若别人谈到了你兴味索然的话题,你将?
- A、打断别人, 另起一题。——1分
- B、显得沉默、忍耐。——3分
- C、仍然认真听,从中寻找乐趣。——5分

请算出总得分:

2<sup>~</sup>22 分为 A

23<sup>~</sup>46 分为 B

47~60 分为 C



A、首次效应差

也许你感到吃惊,因为很可能你只是依着自己的习惯行事而已。你本心是很愿意给人一个好印象,但你的不经心或缺乏体贴、或言语无趣,无形中使人对你做出错误的勾勒。必须记住交往是种艺术,而艺术是不能不修边幅的。

## B、首次效应一般

你的表现中存在着某些令人愉快的成分,但同时又偶有不够精彩之处;这使得别人不会对你印象恶劣,却也不会产生很强的吸引力。如果你希望提高自己的魅力,首先必须从心理上重视,在"交锋"的第一回合显示出最佳形象。

## C、首次效应好

你的适度、温和、合作给第一次见到你的人留下了深刻的印象。无论 对方是你工作范围抑或私人生活中的接触者,无疑他们都有与你进一 步接触的愿望。你的问题只在于注意那些单向的对你"一见钟情"者。